

альные проблемы подготовки резерва в спорте высших достижений: материалы Междунар. науч.-практ. конф., 11–12 ноября 2009 г.: в 2 т. / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: М. Е. Кобринский [и др.]. – Минск: БГУФК, 2009. – Т. 1. – С. 160–163.

3. Игнатъева, В. Я. Физическая подготовленность гандболисток 12–16 лет с разной длиной тела / В. Я. Игнатъева, М. А. Перетряхина // Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех: материалы XII Междунар. науч. конгресса / Рэс. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – М., 2008. – Т. 1. – С. 230–231.

4. Маджаров, А. П. Управление подготовкой юных гандболистов на основе показателей специальной физической подготовленности / А. П. Маджаров, К. К. Бондаренко // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма: материалы II Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 9–10 октября 2008 г. / М-во образования Респ. Беларусь, МГПУ им. И.П. Шамякина. – Мозырь, 2008. – С. 114–116.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ СРЕДСТВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ (6–8 ЛЕТ)

Боярина Ю.С., Цигельникова А.А., Гладков Э.О.

Массовое вовлечение детей в систематические занятия спортом и рациональная организация занятий для самых маленьких – это задача большого круга специалистов. Поэтому с детства должен осуществляться педагогический контроль за всеми необходимыми теннисисту качествами. Но так как возрастная планка снизилась, многие тренеры просто не знают какие применять тесты и поэтому вовсе не проводят нужный контроль за развитием своих подопечных.

С учетом изложенного, работа проводилась с целью разработки новой батареи тестов с полным метрологическим обоснованием для оценки уровня физической подготовленности юных теннисистов 6–8 лет [1, 2].

Непосредственными задачами, требующими проведения экспериментальных исследований, в работе были:

1. Метрологически обосновать информативность и надежность предварительно отобранных тестов (по данным специальной литературы).

2. Осуществить дифференцированную количественную и качественную оценку физической подготовленности юных теннисистов 6–8 лет и разработать параметрическую шкалу оценки физической подготовленности для всего контингента теннисистов этого возраста.

3. Выполнить интегральную рейтинговую оценку физической подготовленности юных теннисистов 6–8 лет по методике Т-шкалирования.

Для решения поставленных задач в работе использовались следующие методы исследования:

- 1) анализ и обобщение данных специальной литературы;
- 2) метод тестирования физической подготовленности юных теннисистов 6–8 лет;
- 3) методика качественной оценки результатов тестов в баллах;
- 4) метод преобразования количественного результата теста в очки;
- 5) методы математической статистики.

На основании данных методической литературы по теннису в нашей работе была отобрана и апробирована новая батарея из трех тестов, определяющих уровень развития скоростно-силовой подготовленности, теста на скоростную выносливость и теста на быстроту.

Тестирование проводилось дважды, 12 и 14 апреля 2014 года. Испытуемыми были юные теннисисты второго года обучения группы начальной подготовки. Тестированию предшествовала 15-минутная разминка, состоящая из общеразвивающих и подготовительных упражнений.

Информативность всех этих тестов может быть принята логически (т. е. без эмпирической проверки) в связи с тем, что двигательное содержание каждого из них по основным параметрам хорошо соответствует (адекватно) упражнениям, выполняемым теннисистами в соревновательной деятельности.

Согласно данным метрологии, тесты проверяются на надежность [3, 4]. Поэтому мы в исследованиях определили коэффициенты воспроизводимости наших тестов:

1. Скоростно-силовой тест – прыжки вверх с места толчком двух ног за 30 с – 0,873.
2. На скоростную выносливость – «Веер», адаптированный к мини-корту – 0,994.
3. На быстроту – «модифицированный челнок» – 0,997.

Результаты исследования воспроизводимости наших тестов подтвердили высокую степень их надежности применительно к юным теннисистам, а полученные значения характеризуют сильную положительную взаимосвязь.

Далее в работе разработана педагогическая параметрическая шкала оценок по методике В.Ф. Ломейко, которая представлена в таблице 1.

Таблица 1 – Параметрическая оценочная шкала физической подготовленности юных теннисистов 6–8 лет

Тест	Оценка			
	2	3	4	5
Прыжки вверх толчком двух ног, раз	Менее 25	25–30	30–34	Более 34
«Веер» на мини-корте, с	Более 25,65	25,65–24,25	24,25–22,85	Менее 22,85
«Модифицированный челнок», с	Более 12,18	12,18–11,75	11,7511,31	Менее 11,31

В таблице 2 представлены результаты тестирования по трем тестам. В числителе выставлен результат теста, а в знаменателе полученная оценка.

Методика В.Ф. Ломейко имеет ряд преимуществ. Она достаточно проста в вычислениях, хорошо применима в практической деятельности тренера, оценивает результаты в привычной для педагога пятибалльной шкале. Однако для обследованных спортсменов необходимо знать не только на какую оценку сдан норматив, но и насколько лучше или хуже он сдал нормативы относительно других испытуемых. Для этого применяется методика Т-шкалирования.

Таблица 2 – Педагогическая оценка результатов тестирования группы теннисистов 6-8 лет по методике В.Ф. Ломейко

№ п/п	Ф.И.	I-е тестирование		
		Прыжки вверх, раз за 30 с	Всер на мини-корте, с	Модифицированный челнок, с
1	Марчик София	32/4	24,2/4	11,4/4
2	Тагиль Семен	24/2	26,6/2	11,3/5
3	Малькович Вика	29/3	23,4/4	11,9/3
4	Барановский Игнат	23/2	27,3/2	12,6/2
5	Кунина Саша	33/4	26,3/2	11,8/3
6	Толос Саша	26/3	24,2/4	11,8/3
7	Рябов Роман	27/3	25,4/3	12,2/2
8	Федорова Таисия	35/5	23,5/4	11,7/3
9	Василевская Маша	23/2	25,6/3	12,5/2
10	Ваняель Михаил	27/3	23,5/4	12,3/2

Далее представлены результаты вычислений дифференцированная суммарная оценка результатов с помощью Т-шкалирования, которые указаны в таблице 3.

Таблица 3 – Дифференцированная суммарная оценка результатов тестирования группы теннисистов 6-8 лет с помощью Т-шкалирования

№ п/п	Ф.И.	Очки				
		Прыжки вверх, раз за 30 с, раз	Всер на мини-корте, с	Модифицированный челнок, с	Сумма	Место
1	Марчик София	57,66	56,1	60,7	174,46	2
2	Тагиль Семен	41,9	39,65	65,35	146,9	6
3	Малькович Вика	53,15	51,79	51,4	156,34	3
4	Барановский Игнат	37,4	35,36	35,12	107,88	10
5	Кунина Александра	62,16	38,93	53,73	154,92	4
6	Толос Саша	46,4	44,65	53,73	144,78	7
7	Рябов Роман	48,64	46,79	44,42	139,85	8
8	Федорова Таисия	66,66	60,35	56,5	183,51	1
9	Василевская Мария	37,38	45,36	37,45	120,19	9
10	Ваняель Михаил	48,64	60,35	42,1	151,09	5

Далее на рисунке представлены результаты тестирования физической подготовленности, выраженные в очках у группы испытуемых теннисистов. По оси «х» составлен список теннисистов, занявших различные места по количеству набранных очков. Места игроков представлены в порядке убывания слева направо. По оси «у» – количество набранных очков по трем тестам.

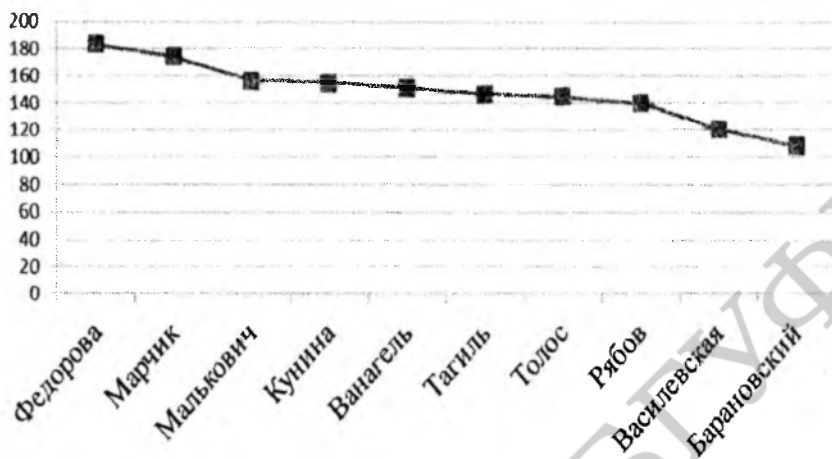


Рисунок – Результаты тестирования физической подготовленности

Таким образом, в работе была проведена педагогическая и дифференцированная суммарная оценка результатов тестирования юных теннисистов 6–8 лет. Проведенные исследования позволят в дальнейшем использовать апробированную нами новую батарею тестов для определения уровня физической подготовленности юных теннисистов.

1. Белиц-Гейман, С. П. Теннис: учеб. для ин-тов физ. культуры / С. П. Белиц-Гейман. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 256 с.
2. Жур, В. П. Теннис: метод. пособие / В. П. Жур. – Минск, 1997. – 149 с.
3. Портных, Ю. И. Особенности комплексного педагогического контроля в спортивных играх: сб. науч. тр. / Ю. И. Портных. – Д.: ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта, 1985. – 71 с.
4. Спортивная метрология: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. проф. В. М. Зацорского. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 256 с.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ ИГРОКОВ (7–9 ЛЕТ) В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ

Боярина Ю.С., Цыганов О.В., Брезгунов Н.Г.

Одну из основных сторон процесса обучения в физическом воспитании и спортивной тренировке представляет воспитание координационных способностей (КС) у детей. Особенно необходим высокий уровень КС в настольном теннисе – игре, требующей виртуозного выполнения технических приемов, расширения диапазона их вариативности и стабильности, быстроты переключения от одних приемов к другим.

С учетом изложенного, работа проводилась с целью определения уровня координационных способностей у юных теннисистов (7–9 лет) и разработки соответствующих тренировочных программ для воспитания КС [1, 4].